

REGRESA A SALVO A CASA:

Consejos de seguridad para el invierno

CONSEJOS PARA LOS PEATONES

- **Atraviesa la calle en un cruce peatonal o en una esquina.**
- **Usa ropa de colores contrastantes.** Usa materiales reflectantes cuando esté oscuro afuera y/o lleva contigo una linterna.
- **Usa varias capas de ropa abrigadora.** No olvides usar guantes y un gorro. ¡Pierdes el 35% de tu calor corporal por la cabeza!
- **Usa zapatos con tracción adicional.** Evita resbalones y caídas sobre superficies mojadas o congeladas.



CONSEJOS PARA LOS AUTOMOVILISTAS

- **Planea tu ruta.**
- **Compra cadenas.** Practica cómo colocarlas en un clima seco, llévalas en tu vehículo y utilízalas.
- **Lleva contigo un kit para emergencias meteorológicas.**
- **Ten cuidado con los peatones y los ciclistas.**
- **Circula con cuidado.** Conduce, gira y frena lentamente.
- **Enciende tus luces para aumentar tu visibilidad frente a otros conductores.**
- **No rebases las máquinas quitanieves, camiones de transporte de arena o vehículos de emergencia.**



CONSEJOS PARA LOS CICLISTAS

- **Utiliza neumáticos más anchos para tener mayor estabilidad, tracción y control.**
- **Utiliza luces delanteras y traseras en tu bicicleta.** Para mayor visibilidad, usa ropa brillante o cinta reflectante.
- **Frena con anticipación y con regularidad.** Reduce la velocidad, aumenta las distancias de frenado y sujeta el manubrio con mayor firmeza.
- **Evita las superficies de calles pintadas o de acero.**
- **No rebases las máquinas quitanieves, camiones de transporte de arena u otros vehículos de emergencia.**



PBOT está comprometido a brindar acceso para todos. Para solicitar adaptaciones, modificaciones, servicios de traducción, interpretación o de algún otro tipo, comuníquese al 503-823-5185.



PBOT
PORTLAND BUREAU OF TRANSPORTATION